

# Brochettes d'agneau à la grecque

# Plat chaud



Note: 1

Portions :4 parts

Difficulté: 1

Temps de préparation :10 min

Temps de cuisson/repos :10 min

Calories par portion: 296.25 Kcal

Charge glycémique par portion: -1

# Les ingrédients

- 400.0 gr Gigot d'agneau
- 1.0 u Oignon
- 1.0 u gousse ail
- 25.0 gr Chapelure
- 1.0 cs Menthe
- 1.0 cs Persil
- 1.0 u Oeuf
- 1.0 p Sel
- 1.0 p Poivre
- 2.0 cs Huile d'Olive

## Des brochettes à faire au barbecue ou à la poêle...

#### Préparation viande

Désosser le gigot d'agneau et hacher la viande.

### Préparation légumes

Éplucher l'ail et écraser le. Éplucher l'oignon et hacher le finement. Laver et hacher finement la menthe et le persil.

## Préparation des boulettes

Dans un bol, mettre: l'agneau haché, l'oignon, l'ail, la chapelure, la menthe et le persil. Bien mélanger. Puis ajouter, l'oeuf abttu et mélanger jusqu'à l'obtention d'une préparation homogène. Puis façonner 16 petites boulettes à répartir sur des pics à brochettes en métal.

# Cuisson

Au barbecue ou dans une poêle, faire cuire les brochettes pendant 10 minutes en les badigeonnant d'huile de temps en temps. Il faut que les brochettes soient bien dorées.

# **Présentation:**

Servir dans un pain pita avec de la salade.